

ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE



Espace Ligue de l'Anjou Bleu

Groupe Milon 4 rue Roirie - 49500 SEGRÉ
SEGRÉ-EN-ANJOU BLEU

02 41 88 61 06

espaceligue49@ligue-cancer.net

www.ligue-cancer.net/cd49

Objectifs des séances

L'Activité Physique Adaptée est aujourd'hui reconnue comme un moyen thérapeutique permettant d'améliorer la qualité de vie pendant et après le traitement :

- diminue l'anxiété, la sensation de fatigue,
- améliore la qualité du sommeil,
- renforce l'image du corps et le bien-être,
- diminue le risque de récurrence.

L'activité physique adaptée va permettre de réapprendre à utiliser son corps, d'en reprendre le contrôle.

Fonctionnement du groupe

Animées par un ingénieur en activité physique adaptée, les séances se font par petits groupes de 6 à 8 personnes ce qui permet de proposer des séances individualisées et conviviales.



→ Modalités :

L'activité physique adaptée est proposée gratuitement pendant 18 mois maximum aux personnes en cours ou fin de traitement.

Chaque vendredi de 14h à 15h ou de 15h à 16h
Espace Ligue de l'Anjou Bleu
Groupe Milon - 4 rue Roirie
49500 SEGRÉ
SEGRÉ-EN-ANJOU BLEU

Modalités d'inscription

Les personnes intéressées doivent prendre contact avec l'Espace Ligue du Comité de la Ligue contre le Cancer de Maine-et-Loire :

Tél : 02 41 88 61 06
Mail : espaceligue49@ligue-cancer.net

Ces actions sont possibles
grâce à la générosité du public.

